

Fiche pratique

COMMENT AIDER LES ENFANTS/ADOLESCENTS QUI VIVENT UN DEUIL ?



Les enfants/adolescents dans la guerre sont avant tout des victimes mortelles mais on compte aussi un grand nombre d'orphelins ou séparés d'un ou de deux de leurs parents, des enfants/adolescents handicapés et un très grand nombre d'entre eux sont traumatisés sur le plan psychique.

Ce que l'on sait chez l'enfant endeuillé dans la guerre, c'est que le problème est la carence et le trauma, mais surtout sa survie. Le risque est l'effet cumulatif des traumatismes ultérieurs, violences, abus, personnes ressources défaillantes.

Chez l'enfant, l'acceptation de la mort apparaît vers 6-8 ans, au plus tard à 10-11 ans. L'enfant entre 8-10 ans présente une résilience naturelle car il est autocentré, il aura tendance à se poser deux questions :

- Qui va s'occuper de moi maintenant ?
- Est-ce que ça va m'arriver ?

Ce n'est que plus tard qu'il posera des questions sur les causes de la mort. Les enfants endeuillés dans la guerre présentent des risques de développer des troubles psychiques ultérieurs auxquels il faudra être attentif. On retrouve également le syndrome du survivant, la culpabilité de ne pas se sentir coupable, l'absence de manque car l'enfant ne se rappelle pas comment était l'être cher perdu.

Le deuil prolongé chez l'enfant et l'adolescent est proche de celui de l'adulte avec quelques spécificités liées à son âge. On peut observer des comportements de régression, de solitude, de baisse de résultats scolaires. Il est question de veiller à ce que l'enfant/adolescent ne s'isole pas et l'encourager à renouer avec ses pairs.

Comment dire la vérité à l'enfant, comment expliquer la mort à un enfant ? L'enfant n'est pas préparé au décès d'un proche, la perte fragilise son équilibre émotionnel. La capacité à surmonter la perte va être liée à l'aptitude de l'adulte qui l'accompagne.

Les quatre messages à faire comprendre à un enfant quel que soit son âge (Alain Sauteraud, vivre après ta mort, 2017)

- 1 Le parent (la personne décédée) ne pourra plus jamais être avec lui.
- 2 Le parent ne voulait pas le quitter.

Fiche exercice

COMMENT AIDER LES ENFANTS/ADOLESCENTS QUI VIVENT UN DEUIL ?

- 3 Le parent ne reviendra jamais.
- 4 L'enfant n'est pour rien dans la mort du parent (la personne décédée).

Ce sera à l'adulte survivant de créer l'élaboration mentale autour du défunt, à l'accompagner à reconstituer son histoire, qui il/elle était, sa vie séparément de la tragédie.

